

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian diperoleh sebagai berikut:

- a. Rata-rata responden berusia 11-12 tahun sebesar 68,5%, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebesar 60,8%, dan sebagian besar pekerjaan orang tua responden terutama ayah sebagai pegawai swasta sebesar 66,2% serta ibu rumah tangga sebesar 72,3%.
- b. Sebagian besar responden yang menyukai jajan (92,3%) dengan frekuensi 2-3x/hari sebesar 84,6%. Kebiasaan jajan tidak memiliki perbedaan yang bermakna dikarenakan berdasarkan wawancara, responden yang jarang jajan lebih banyak mengonsumsi makanan utama dari rumah dengan rata-rata asupan energi sebesar 1780,5 kkal (87% dari AKG) dan protein 51,2 gram (88% dari AKG) per hari.
- c. Asupan energi responden dari rata-rata makanan jajanan sebesar 255,9 kkal yaitu 33,9% dari rata-rata asupan energi sehari (1506,5 kkal) sedangkan asupan protein responden dari rata-rata makanan jajanan sebesar 6 gram yaitu 14,5% dari rata-rata asupan protein sehari (41,5 gram).
- d. Asupan energi responden dari makanan jajanan jika dibandingkan dengan AKG pada usia 10-12 tahun menyumbang energi sebesar 12,48% dan protein 10,43%. Jadi, asupan energi dan protein dari makanan jajanan responden masih belum bisa memenuhi 2/5 AKG per hari (40%).
- e. Terdapat hubungan yang kuat ( $p=0,0005$ ) dan berpola positif antara kontribusi energi jajanan ( $r=0,753$ ) dan kontribusi protein jajanan ( $r=0,614$ ) dengan pemenuhan energi dan protein sehari. Selain itu, didapatkan makanan jajanan dapat menyumbangkan kontribusi energi sebesar 33,9% dan protein 14,5% terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari. Artinya, semakin bertambah sumbangan asupan energi dan

protein dari makanan jajanan yang dikonsumsi maka semakin tinggi pemenuhan energi dan protein dalam sehari.

## V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait, yaitu:

### a. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah dapat memberikan edukasi bagi siswa seperti penyuluhan gizi untuk memilih makanan jajanan yang aman dan berkualitas sesuai dengan gizi seimbang. Pihak sekolah juga harus mengontrol pedagang makanan jajanan dan kondisi makanan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah.

### b. Bagi Orang Tua Siswa

Orang tua siswa sebaiknya ikut mengontrol makanan yang dikonsumsi siswa dengan memberi pengetahuan mengenai makanan jajanan yang sehat untuk dikonsumsi dan sebisa mungkin lebih baik membawakan anak bekal dari rumah ke sekolah karena dari hasil penelitian ini makanan utama dari rumah menyumbang asupan gizi lebih tinggi dari makanan jajanan di sekolah.

### c. Bagi Peneliti lain

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan metode pengumpulan data yang lebih baik sehingga informasi mengenai asupan makanan responden didapatkan secara tepat agar data yang diperoleh bisa lebih maksimal dan sesuai dengan yang diinginkan.